

田村地区自治振興会だより

発行責任者 〒629-3432 京丹後市久美浜町平田 672

1月号

田村地区自治振興会 会長 岡 一志

令和6年(2024年)1月10日発行

ご意見・ご感想は果樹センターまで TEL・FAX 0772-83-1142

新年のご挨拶

田村地区自治振興会 会長 岡 一志

新年早々、能登半島地震が発生し、多数の方がお亡くなり、未だインフラの復旧目途も立たず、不安な日々を送っております。自然は恵を与えてくれますが、地震・台風・大雪と猛威を振うと私達に「喝」を入れる事があります。自分の地域は大丈夫だと思いは捨て、日ごろから最悪の状態を想定し、行政に頼らず自分達で守る気持ちで区および自治活動を行う必要があると思います。

過疎化が進む中で知名度のない地域を全国的に有名にされた人物がおります。高知県の馬路村農協の東谷課長です。

昭和三十一年当時の人口は約千二百であった。高知市内からの村まで2時間もかかる想像を絶する険しい道なので、到着するまで集落があるのか不安を感じる所に村はある。山深い奥地に村営の温泉宿泊施設とキャンプ場しかなく、遊びが仕事と言われる程、麓の町まで三〇分はかかる山奥にあり、村民の遊び場所となる清流の安田川のほとりに「ゆず」の加工施設がある。

当時の農協で唯一の特産品の「ゆず」の搾汁の販売を任されたのが当時四〇代の東谷課長である。東京・京阪神等の物産展に、トラックに商品を積み、売り込みするが売れず、赤字続きの年月が続いた。製造はパートのおばちゃん数名で手搾り生産であった。全国の村品一展で金賞を受賞された。そこから県内で少し知名度が上がり、売

上一億になった時から通販に販路を求め、馬路村を全国的に有名にする苦境の始まりであった。

通販を始め、顧客管理・発送と事務処理は増加し、ラベルのデザインを依頼するにも瓶の調達にも業者が相手にせず、小さな農協との取引など見向きもされない状況であった。賞金の一〇一万円とやっとの思いで村から助成金一〇一万円元金に事務処理の効率化のために県内でもいち早くオフコンの導入するが、エラーが出てすぐ使えず逆にお荷物となった。

紹介された市内のデザイン会社からは年間契約であれば受注すると高額な金額提示があり、農協側の本気度を試された。形の無い物への投資に組合上層部及び理事会は猛反対されたが東谷課長の熱意に、理事会も承認し、上層部も組合の運命を「ゆず」にかけ契約に同意されたのである。業者もデザイナーを数カ月村に居住させ、村を表現したラベルを完成させた。「ごつくん馬路村」の商品開発には、自分の子供に試飲させ、「ごつくんごつくん」と笑顔で美味しそうに飲んだのでネーミングしたと話して下さいました。

全国の商工会等より年間二〇〇組の視察団が訪れ、平成二〇年には二二億の売上(現在三〇億されています)。僕が訪問した時は来客が無く、工場見学含め二時間程お話をさせて頂きました。その後東谷さんは組合長就任され、令和四年に退職されています。

田村ゆづりの里



田村地区の皆様こんにちは。今月は『認知症予防の豆知識』第12弾をお届けします。

【タンパク質摂取で筋肉量の減少を防ぐ】

最近、テレビや雑誌でタンパク質不足の話題がよく出ています。

タンパク質不足になると、筋肉量が落ちて太りやすい体質となり、集中力が低下しやすくなります。むくみや免疫力への影響もです。

筋力は40歳ごろから低下していき、60歳ごろから筋力、筋肉量が減少してきます。

高齢者のタンパク質不足の原因は、①食欲低下により食事の全体量が減る、②噛む力が衰え、肉類の摂取量が減る、③消化吸収の力が弱まり、体内に取

り入れづらい、④極端な野菜中心といった偏った食生活、⑤一人暮らしや高齢者世帯でメニューが単一化になる等が挙げられます。

タンパク質摂取不足になると、年齢にかかわらず筋力低下を招きます。これが高齢者の場合は、筋力低下が身体機能の低下に直結するため、寝たきりへのリスクが高まってしまいます。動ける体があつてこそ、外出もできて人との交流に繋がります。良質なたんぱく質は、卵、肉類、魚介類、乳製品に含まれます。筋肉量を維持するためには運動と食事を共に充実させて認知症予防に役立てて下さい。

今年も一年ありがとうございました。来年もどうぞ温かいご指導、ご鞭撻の程宜しくお願ひ申し上げます。

1月の田村地区

かぶと山小学校

- 9日(火) 始業式
- 10日(水) 書き初め大会
- 24日(水) 授業参観・大縄大会
- 26日(金) 6年スキー教室
- *19日(金)~26日(金) 書き初め展

かぶと山こども園

- 4日(木) 保育はじめ
- 9日(火) 1号認定児始業式
- 15日(月) どんど焼き
- 18日(木) けんちん煮クッキング
(3.4.5歳児)
卒園写真撮影
- 25日(木) 誕生会